

# 日常生活スキルと社会的スキルが大学生活に与える影響について

On influences of daily life and social skills for university students

中井 寿栄

NAKAI Toshie

(和歌山大学教育学部第60期生)

菅 千索

SUGA Sensaku

(和歌山大学教育学部心理学教室)

大学生活において不適応に陥る学生は日常生活スキル・社会的スキルのどの部分に弱みを持つかについて、それぞれの学生の日常生活スキル・社会的スキルにおける特徴に着目し、生きがい感・大学生活での不安という観点からこれらの関連を検討することが本研究の目的である。そのために大学生76名を対象として、従属変数を「生きがい感スケール」と「大学生活不安尺度」、また独立変数を「日常生活スキル尺度（大学生版）」と「社会的自己制御尺度」とする質問紙調査を行った。そのおもな結果は以下の通りである。①「生きがい感スケール」は「日常生活スキル尺度」および「社会的自己制御尺度」のほぼすべての下位尺度と有意な正の相関が認められる、②「大学生活不安尺度」は「日常生活スキル尺度」の大学不適応を除く下位尺度と有意な負の相関が多く認められる、③大学生活での適応は、日常生活・個人スキルととりわけ強い相関関係にある、④大学生活不安尺度は、下位尺度のなかでも感受性、計画性、持続的対処・根気、自己抑制的側面合計とは有意な相関がまったくない、などであった。

**キーワード：**生きがい感、大学生活不安、日常生活スキル、社会的スキル、社会的自己制御

## 問題と目的

近年、大学生のひきこもりや不登校の問題が深刻化している。2008年末に厚生労働省により行われた調査では、全国の大学生約280万人のうち、不登校は2.9%に当たる8万1000人で、うち2万8000人がひきこもりの可能性があるとして報告されている。日本ではこうした傾向の増加を受けて、『生きる力』を育てることの必要性が指摘されている(中央教育審議会、1996)。大学の学生相談室などに寄せられる相談件数も全国的に増加傾向にあり、相談内容も対人関係のトラブルや心理的な深い落ち込みといった事例が増えている(斎藤、2002)。その原因の一つとしては、高校生と大学生ではおかれる環境がまったく異なるものになるからではないかと考えられる。高校まではクラスという自分の居場所が予め与えられているのに対し、大学では自分の居場所は自分自身で築かなければならない。また、担任の先生がいないことも、高校生が大学に進学した際に戸惑う理由の一つであろう。そのうえ、大学では提出物への評価が学生に返される機会も少なく、自分の受けている評価がわかりにくい。こうした大学の学習環境から不適応に陥る学生も存在すると考えられる。

果たして、適応できる学生と、不適応に陥る学生との間にはどのような違いがあるのだろうか。その一つの要因としては、大学生活で起こる様々な出来事をいかに適切に処理可能かという、いわゆる「要領のよさ」

と何らかの関連があるのではないかと予想される。数多くある情報のなかから自分自身が必要である情報を取捨選択できる人や、自尊感情の強い人、誰とでも友好的に関われるような社交性のある人、感受性の豊かな人達は大学生活を楽しみ、充実した日々を過ごしているように思われる。

このような「要領のよさ」は、社会的スキル・日常生活スキルとに密接な関係があると考えられている。また、欧米では青年の反社会的傾向や孤独感・うつ傾向などの問題の背景には、日常生活の中で求められる社会的スキルやライフスキルなどの欠如があることが、以前から指摘されてきた(飯田・石隈、2003)。

この社会的スキルは『対人関係を円滑に運ぶために役立つスキル(菊池、1988)』と定義され、青年期の社会的場面での自己制御能力と類似した概念だと考えられている。確かに社会的スキルと自己制御は重複する側面も多いが、厳密には異なる概念であり、社会的自己制御(SSR)としての定義は『社会的場面で、個人の欲求や意思と現状認知との間でズレが起こった時に、内的基準・外的基準の必要性に応じて自己を主張するもしくは抑制する能力』だとされている(原田・吉澤・吉田、2008)。この自己制御の領域は、行動調整能力の研究(Luria、1959)や満足遅延の研究(Bandura&Mischel、1965)に端を発し、フィードバックループ・モデル(Carver&Scheier、1981)の提唱により大きく進歩した。しかし、自己主張ができて当然の文化であ

る欧米に対し、日本は自己抑制を美德とし、自己主張を苦手とする国民性を有している。そうした我が国における先行研究では、柏木（1988）が自己制御を『自分の欲求や意思を明確に持ち、これを他人や集団の中で表現、主張し、また行動として実現する自己主張的側面と、集団や他者との関係で、自分の欲求や行動を抑制、制止する自己抑制的側面の2側面がある』と定義して以降、自己制御は自己主張と自己抑制の2側面からなるものとして扱われてきた。いくつかの先行研究（伊藤・丸山・山崎、1999ほか）では、自己主張と自己抑制は個人の中で両立しながら発達すること、かつ、社会的場面において適応的な行動をとるためには、社会化の過程でこの2側面がバランスよく発達することの重要性が示されている。一方、これらの研究の問題点として、幼児や児童を対象としては行われているが、青年期を対象とした研究が少ないことが挙げられる。安達・小林（2002）も「自己制御とは外部からの刺激に規定されるものではなく、自発的に自己の行動を制御するということであり、自己制御が十分に機能し得る状態とは自律的であること」だと指摘している。道徳性理論でも、他律的な基準から自律的な道徳的思考への発達の差異が明確化されており（Kohlberg、1964）、自己制御の確立は主に青年期以降であって、幼児期における自己制御とは質的に異なると考えられる。従って、社会的場面での自己制御能力に関する青年期対象の研究が重要な意味を持つと考えられるのである（原田・吉澤・吉田、2008）。

それに対して、日常生活スキル（ライフスキル）は『効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動（Brooks、1984）』または『人々が現在の生活を自ら管理・統制し、将来のライフイベントをうまく乗り切るために必要な能力（Danish、Petitpas、& Hale、1995）』などと定義されている。また、国際保健機関（以下WHO）はライフスキルを対人場面で展開される社会的スキルを内包した心理社会的能力と位置づけ、『日常生活で生じるさまざまな問題や要求に対して、建設的かつ効果的に対処するために必要な能力』と定義している。WHOによるライフスキルのとらえ方からも、ライフスキルとは社会的スキルよりも広義な概念であるといえる。また、尺度開発に関してはWHOを中心に多くの研究者が開発を試みている（飯田・石隈、2003）。

欧米におけるライフスキルを測る尺度としては、まずLandman、Irvin、& Halpern（1980）によって開発されたTests for Everyday Living（以下TEL）が挙げられる。一方、Evans & People（1987）は、青年たちが普段抱いている関心事についての自由記述などをもとにライフスキルの尺度の作成を試み、代表的な15のスキルを見出している。しかし、信頼性と妥当性の検討は行われておらず、ライフスキルの分類のみを示したものであるだろう。また、1984年以降に開発されたライフスキルの尺度は、Brooks（1984）の提案した対人コミュニケーション・人間関係スキル、問題解決・

意思決定スキル、身体的フィットネス・健康維持スキル、アイデンティティ発達・人生の目的スキルという4つのカテゴリーからなるライフスキルの枠組みにもとづいているものが多い（飯田・石隈、2003）。

日本におけるライフスキルを測るための尺度としては、まずDanish *et al.*（1995）のライフスキルの定義をもとに作成された上野・中込（1998）のライフスキル尺度が挙げられる。Brooks（1984）のライフスキルの枠組みにおおむね対応するものでは、Darden *et al.*（1996）によるLife-Skills Development Scale-Adolescent Form、65-item version（以下LSDS-B）の項目などをもとに開発された飯田・石隈（2003）の学校生活スキル尺度（中学生版）がある。ただLSDS-Bのような個人スキルを測る多次元的な尺度は、日本ではまだ数が少ないのが現状である。

大学生の大学生活における研究として、大久保・青柳（2003）は個人と環境の整合性の観点から大学生用適応感尺度を作成している。そして因子分析に基づき、『居心地のよさの感覚（「周囲に溶け込めている」「周りの人と楽しい時間を共有している」）』、『被信頼・受容感（「他人から頼られていると感じる」「必要とされていると感じる」）』、『課題・目的の存在（「熱中できるものがある」「好きなことができる」）』、『拒絶感の無さ（「その状況で嫌われていると感じる」「無視されていると感じる」）』の4因子を抽出した。大久保・青柳（2005）は、大学環境への適応について社会的スキルによる影響を検討した結果、入学当初の社会的スキルは後の大学適応を予測する指標としては不十分であるという判断に至っている。また、佐久田・奥田・川上・坂田（2003）によって作成された大学生生活満足度尺度では、『学業満足度（「大学の授業が面白い」「心理学科の授業内容に満足している」など）』、『交友満足度（「学内の友人関係に満足している」「大学で本当に親しい友人はいない」など）』、『将来展望（「これからの大学生活の先が見えず不安である」「将来の進路について不安である」など）』の3つの下位尺度が設けられている。しかし、この尺度は項目数が少なく大学生生活の充実度を測るには、より適切な尺度を作成することが必要とされた。そこで川上・坂田・佐久田・奥田（2005）は、佐久田ほか（2003）の項目をもとに大学生活や高校生活に関する満足度、適応感などの測定を意図した複数の先行研究（河村、1999；大久保ほか、2003；若杉・安田・柳原、2004など）を参考に45項目からなる大学生生活充実度尺度を作成した。そこでは因子分析によって『交友満足（「学内の友人関係に満足している」「大学では周囲に溶け込めている」など）』、『学業満足（「大学の授業が面白い」「学びたいことが大学で学べている」など）』、『不安（「これからの大学生活の先が見えず不安である」「ちゃんと卒業できるか不安である」など）』、『適応（「この大学は自分に合っていないような気がする」「大学は居心地がよい」など）』、『可能性（「大学ではいろいろな可能性が開けていると思う」「大学ではいろいろなことができそうだ」）』の5つの因子を抽

出し、それらによって下位尺度を構成している。大学適応における学年差に注目したものとしては、片倉・土田（1993）が単科の看護短期大学の1～3年生を対象に、短大生活と適応に焦点を当てて行った研究がある。そこでは「1年生は、学習を含めて何事に対しても積極的・意欲的に取り組もうという向上心が強く、学生生活に期待する適応行動が多くみられる。2年生は、学生生活全般に適応してきているものの、今まで以上の変化を求めようとする意欲が低下している。3年生は、学校生活における充実感・満足感を得るために、何事に対しても積極的に取り組みたい気持ちがある反面、長期間に及ぶ臨地実習のため、精神的・肉体的なゆとりが持てず不満が強い。」という傾向が認められた。また、大学生が学生生活において感じている不安の種類や水準を測定するために開発された大学生活不安尺度（藤井、1998）の下位尺度について学年差を検討した田中・菅（2007）は、大学不適応において4年生が1年生よりも大学不適応尺度の得点が低いことを報告している（奥田・川上・坂田・佐久田、2010も参照）。

本研究の目的は、大学生活において不適応に陥る学生は日常生活スキル・社会的スキルのどの部分に弱みを持つか、また、大学において適応できている学生は日常生活スキル・社会的スキルのどの部分に強みを持つかについて、それぞれの学生の日常生活スキル・社会的スキルにおける特徴に着目し、生きがい感・大学生活での不安という観点からこれらの関連を検討することである。

## 方 法

### 1. 被験者

国立大学法人教育学部の大学生76名。学年別および男女別の人数はTable 1に示す。

Table 1 被験者の内訳

	1年	2年	3年	4年	合計
男子	13	10	7	8	38
女子	11	8	9	10	38
合計	24	18	16	18	76

### 2. 質問紙

#### (1)生きがい感スケール

近藤・鎌田（1998）により作成された現代大学生の生きがい感、すなわち「自らの存在価値を意識し、現状に満足し、生きる意欲をもつ過程で感じられるものであるが、人生を楽しむ場合にも感じられるもの」を測定する尺度。全体は31項目からなり、回答は「はい」「どちらでもない」「いいえ」からの3件法であった。また、本尺度は大学生を主な対象として構成されたが、青年期以降の成人一般に適用可能な尺度である。この生きがい感スケールは「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」の4つの下位尺度からなっている。

#### (2)日常生活スキル尺度（大学生版）

島本・石井（2006）により作成された「効果的に日常生活を過ごすために必要な学習された行動や内面的な心の動き」と定義されたライフスタイルを測定する尺度。全体は25項目からなり、回答は「とても当てはまる」「わりと当てはまる」「あまり当てはまらない」「ぜんぜん当てはまらない」からの4件法であった。日常生活スキル尺度は「親和性」「リーダーシップ」「感受性」「対人マナー」「計画性」「情報要約力」「自尊心」「前向きな思考」の8つの下位尺度からなる。これらの下位尺度は、主に対人場面で展開される対人スキル（親和性、リーダーシップ、感受性、対人マナー）と、主に個人場面で展開される個人的スキル（計画性、情報要約力、自尊心、前向きな思考）の2つに分類される。

#### (3)社会的自己制御尺度

原田・吉澤・吉田（2008）により作成された社会的自己制御（SSR；Social Self-Regulation）を測定する尺度。本尺度は、自らの行動を調整する能力である自己制御のうち、特に社会的場面における自己制御能力を測定する。全体は29項目からなり、回答は「よくあてはまる」「ややあてはまる」「どちらともいえない」「あまりあてはまらない」「まったくあてはまらない」からの5件法であった。対象は青年期である。社会的尺度は、「自己主張」「持続的対処・根気」「感情・欲求抑制」の3つの下位尺度からなる。「自己主張」は自己主張的側面、「持続的対処・根気」と「感情・欲求抑制」は自己抑制的側面に分類される。

#### (4)大学生不安尺度

藤井（1998）により作成された大学生において特徴的に認められる不安感の程度を測定する尺度。全体は29項目からなり、回答は「はい」「いいえ」からの2件法であった。本尺度は「日常生活不安」「評価不安」「大学不適応」の3つの下位尺度からなる。

### 3. 手続き

被験者76名のうち46名には集団式で行い、30名には個別式で行った。ともに、最初に研究への協力依頼およびプライバシー関連などの一般的な説明を行い、A4版8ページの質問紙を配布した。（質問紙は生きがい感スケール、日常生活スキル尺度、社会的自己制御尺度、大学生活不安尺度の4つの尺度からなるため、カウンターバランスがとれるよう尺度の順を入れ替え4種類の質問紙を同数ずつ作成した。）つぎに学部、学年、性別、文化系サークルへの所属、体育会系サークルへの所属、アルバイト、住居を表紙の所定欄に記入させた。そして質問紙への回答に関する教示や注意事項を述べ、質問紙の回答をさせた。時間制限は課さなかったが、実際の所要時間はおよそ10分から20分程度であった。

## 結 果

生きがい感スケール・大学生不安尺度と日常生活スキル尺度・社会的自己制御尺度の相関係数を求めた結



果は以下の通りである。なお、学年については紙面の都合により1年と4年についてのみを報告する

**全体について** (Table 2) : 有意な正の相関があったのは、①親和性と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、②リーダーシップと「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、③感受性と「現状満足感」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、④対人マナーと「大学不適応」、⑤対人スキル合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑥計画性と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑦情報要約力と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑧自尊心と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑨前向きな思考と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑩個人的スキル合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑪自己主張と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑫持続的対処・根気と「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑬感情・欲求抑制と「現状満足感」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑭自己抑制的側面合計と「現状満足感」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」であった。

一方、有意な負の相関があったのは、①親和性と「大学生生活不安総合得点」、②リーダーシップと「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、③対人スキル合計と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、④情報要約力と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、⑤自尊心と「日常生活

不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、⑥前向きな思考と「日常生活不安」「評価不安」「大学不適応」「大学生生活不安総合得点」、⑦個人的スキル合計と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、⑧自己主張と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、⑨感情・欲求抑制と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」であった。

**男子について** (Table 3 a) : 有意な正の相関があったのは、①親和性と「人生享楽」「意欲」「生きがい感合計」、②リーダーシップと「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、③感受性と「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、④対人スキル合計と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑤計画性と「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑥情報要約力と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑦自尊心と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑧前向きな思考と「現状満足感」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑨個人的スキル合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑩自己主張と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」「大学不適応」、⑪持続的対処・根気と「存在価値」「意欲」、⑫感情・欲求抑制と「存在価値」、⑬自己抑制的側面合計と「存在価値」であった。

一方、有意な負の相関があったのは、①リーダーシップと「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、②対人スキル合計と「評価不安」、③情報要約力と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、④自尊心と「日常生活不安」、⑤前向きな思考

Table 2 生きがい感・大学生生活不安と日常生活スキル・社会的自己制御の相関係数 (全体76名)

測定変数		日常生活・対人スキル					日常生活・情報要約力	
		親和性	リーダーシップ	感受性	対人マナー	対人スキル合計		
生きがい感スケール	現状満足感	0.385**	0.066	0.330**	-0.072	0.318**	0.057	0.391***
	人生享楽	0.335**	0.249*	0.179	0.164	0.401***	0.295**	0.322**
	存在価値	0.402***	0.470***	0.428***	0.222†	0.649***	0.258*	0.501***
	意欲	0.364**	0.388**	0.363**	0.143	0.541***	0.353**	0.416***
	合計	0.453***	0.394***	0.416***	0.157	0.612***	0.303**	0.510***
大学生生活不安尺度	日常生活不安	-0.260*	-0.299**	0.139	-0.143	-0.261*	0.006	-0.305**
	評価不安	-0.202†	-0.258*	-0.040	-0.207†	-0.303**	0.065	-0.401***
	大学不適応	-0.167	0.154	-0.120	0.248*	0.028	0.175	-0.110
	総合得点	-0.268*	-0.254*	0.026	-0.131	-0.283*	0.070	-0.383**
測定変数		個人的スキル			社会的自己制御尺度			
		自尊心	前向きな思考	個人的スキル合計	自己主張	持続的対処・根気	感情欲求抑制	自己抑制的側面合計
生きがい感スケール	現状満足感	0.539***	0.540***	0.549***	0.200†	0.057	0.351**	0.227*
	人生享楽	0.417***	0.239**	0.447***	0.343**	0.174	0.185	0.212†
	存在価値	0.616***	0.425***	0.635***	0.381**	0.350**	0.475***	0.483***
	意欲	0.548***	0.388**	0.602***	0.447***	0.376**	0.362**	0.439***
	合計	0.658***	0.487***	0.693***	0.429***	0.321**	0.441***	0.447***
大学生生活不安尺度	日常生活不安	-0.421***	-0.469***	-0.430**	-0.413***	0.016	-0.229*	-0.114
	評価不安	-0.325**	-0.375**	-0.369**	-0.354**	0.006	-0.233*	-0.123
	大学不適応	-0.223†	-0.284*	-0.167	0.015	0.094	-0.204†	-0.050
	総合得点	-0.423***	-0.485***	-0.440***	-0.389**	0.030	-0.276*	-0.131

注：有意確率は\*\*\*:  $p < 0.001$ 、\*\* :  $p < 0.01$ 、\* :  $p < 0.05$ 、† :  $p < 0.10$

と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、⑥個人的スキル合計と「日常生活不安」「大学生生活不安総合得点」であった。

女子について (Table 3 b) : 有意な正の相関があったのは、①親和性と「現状満足感」「存在価値」「意欲」

「生きがい感合計」、②リーダーシップと「存在価値」、③感受性と「現状満足感」「存在価値」「生きがい感合計」、④対人マナーと「人生享楽」、⑤対人スキル合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑥情報要約力と「現状満足感」「人

Table 3 a 生きがい感・大学生生活不安と日常生活スキル・社会的自己制御の相関係数 (男子38名)

測定変数		日常生活・対人スキル					計画性	日常生活・情報要約力
		親和性	リーダーシップ	感受性	対人マナー	対人スキル合計		
生きがい感スケール	現状満足感	0.283†	0.106	0.264	-0.118	0.249	0.128	0.410*
	人生享楽	0.416**	0.267	0.103	0.060	0.404*	0.274†	0.404*
	存在価値	0.173	0.558**	0.388*	0.254	0.616***	0.363*	0.575***
	意欲	0.347*	0.436***	0.421**	0.146	0.608***	0.398*	0.367*
	合計	0.366*	0.487**	0.405*	0.150	0.641***	0.396*	0.575***
不安尺度	日常生活不安	-0.164	-0.366*	0.214	-0.041	-0.216	-0.045	-0.366*
	評価不安	-0.227	-0.411*	0.020	-0.096	-0.360*	0.120	-0.375*
	大学不適応	0.149	0.233	-0.309†	0.278†	0.183	-0.037	-0.033
	総合得点	-0.188	-0.382*	0.079	-0.035	-0.283†	0.037	-0.399*

  

測定変数		個人的スキル			社会的自己制御尺度			
		自尊心	前向きな思考	個人的スキル合計	自己主張	持続的対処・根拠	感情欲求抑制	自己抑制の側面合計
生きがい感スケール	現状満足感	0.416**	0.397*	0.453**	0.153	0.004	0.031	0.019
	人生享楽	0.452**	0.273†	0.468**	0.438**	0.025	-0.056	-0.012
	存在価値	0.525**	0.359*	0.607***	0.409*	0.339*	0.364*	0.424**
	意欲	0.571***	0.455**	0.602***	0.513**	0.326*	0.153	0.305†
	合計	0.639***	0.477**	0.698***	0.503**	0.271	0.206	0.294†
不安尺度	日常生活不安	-0.376*	-0.437**	-0.412*	-0.318†	-0.054	-0.183	-0.133
	評価不安	-0.186	-0.360*	-0.269	-0.276†	0.022	-0.205	-0.092
	大学不適応	-0.086	-0.052	-0.070	0.346*	-0.197	-0.165	-0.222
	総合得点	-0.309†	-0.431**	-0.370*	-0.268	-0.043	-0.230	-0.150

注：有意確率は\*\*\*： $p < 0.001$ 、\*\*： $p < 0.01$ 、\*： $p < 0.05$ 、†： $p < 0.10$

Table 3 b 生きがい感・大学生生活不安と日常生活スキル・社会的自己制御の相関係数 (女子38名)

測定変数		日常生活・対人スキル					計画性	日常生活・情報要約力
		親和性	リーダーシップ	感受性	対人マナー	対人スキル合計		
生きがい感スケール	現状満足感	0.483**	0.017	0.391*	-0.030	0.385*	-0.019	0.403*
	人生享楽	0.196	0.212	0.241	0.324*	0.379*	0.277†	0.406*
	存在価値	0.630***	0.336*	0.461**	0.192	0.681***	0.072	0.581***
	意欲	0.379*	0.309†	0.303†	0.139	0.469**	0.282†	0.568***
	合計	0.516**	0.266	0.412*	0.166	0.571***	0.161	0.574***
不安尺度	日常生活不安	-0.412*	-0.210	0.044	-0.265	-0.354*	0.037	-0.176
	評価不安	-0.200	-0.012	-0.120	-0.347*	-0.265	-0.027	-0.443**
	大学不適応	-0.397*	0.100	-0.050	0.242	-0.095	0.300†	-0.114
	総合得点	-0.394*	-0.083	-0.049	-0.238	-0.324*	0.078	-0.328*

  

測定変数		個人的スキル			社会的自己制御尺度			
		自尊心	前向きな思考	個人的スキル合計	自己主張	持続的対処・根拠	感情欲求抑制	自己抑制の側面合計
生きがい感スケール	現状満足感	0.676***	0.670***	0.662***	0.254	0.131	0.633***	0.443**
	人生享楽	0.330*	0.247	0.450**	0.317†	0.260	0.524**	0.450**
	存在価値	0.713***	0.543***	0.704***	0.430**	0.266	0.626***	0.513***
	意欲	0.515**	0.330*	0.606***	0.392*	0.448**	0.596***	0.595***
	合計	0.663***	0.524**	0.706***	0.407*	0.321*	0.679***	0.574***
不安尺度	日常生活不安	-0.528**	-0.509**	-0.462**	-0.519**	0.036	-0.287†	-0.149
	評価不安	-0.535**	-0.398*	-0.517**	-0.456**	-0.065	-0.273†	-0.196
	大学不適応	-0.374*	-0.422**	-0.255	-0.175	0.246	-0.236	-0.003
	総合得点	-0.607***	-0.543***	-0.537**	-0.516**	0.046	-0.329*	-0.168

注：有意確率は\*\*\*： $p < 0.001$ 、\*\*： $p < 0.01$ 、\*： $p < 0.05$ 、†： $p < 0.10$

生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑦自尊心と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑧前向きな思考と「現状満足感」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑨個人的スキル合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑩自己主張と「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑪持続的対処・根気と「意欲」「生きがい感合計」、⑫感情・欲求抑制と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑬自己抑制的側面合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」であった。

一方、有意な負の相関があったのは、①親和性と「日常生活不安」「大学不適応」「大学生活不安総合得点」、②対人マナーと「評価不安」、③対人スキル合計と「日常生活不安」「大学生活不安総合得点」、④情報要約力と「評価不安」「大学生活不安総合得点」、⑤自尊心と「日常生活不安」「評価不安」「大学不適応」「大学生活不安総合得点」、⑥前向きな思考と「日常生活不安」「評価不安」「大学不適応」「大学生活不安総合得点」、⑦個人的スキル合計と「日常生活不安」「評価不安」「大学生活不安総合得点」、⑧自己主張と「日常生活不安」「評価不安」「大学生活不安総合得点」、⑨感情・欲求抑制と「大学生活不安総合得点」であった。

1年について (Table 4 a)：有意な正の相関があったのは、①親和性と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、②リーダーシップと「大学不適応」、③感受性と「存在価値」、④対人スキル合計と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑤計画性と「大学不適応」、⑥情報要約力と「現

状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑦自尊心と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑧前向きな思考と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑨個人的スキル合計と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑩自己主張と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑪感情・欲求抑制と「現状満足感」「存在価値」「生きがい感合計」、⑫自己欲求抑制的側面合計と「存在価値」であった。

一方、有意な負の相関があったのは、①親和性と「日常生活不安」「評価不安」「大学生活不安総合得点」、②情報要約力と「評価不安」「大学生活不安総合得点」、③自尊心と「日常生活不安」「大学生活不安総合得点」、④前向きな思考と「日常生活不安」「大学不適応」「大学生活不安総合得点」、⑤個人的スキル合計と「日常生活不安」「評価不安」「大学生活不安総合得点」、⑥自己主張と「日常生活不安」「評価不安」「大学生活不安総合得点」、⑦感情・欲求抑制と「大学不適応」であった。

4年について (Table 4 b)：有意な正の相関があったのは、①親和性と「現状満足感」、②対人スキル合計と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、③情報要約力と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、④自尊心と「現状満足感」「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」、⑤個人的スキル合計と「人生享楽」「存在価値」「意欲」「生きがい感合計」であった。

一方、有意な負の相関があったのは、①対人マナー

Table 4 a 生きがい感・大学生活不安と日常生活スキル・社会的自己制御の相関係数（1年24名）

測定変数		日常生活・対人スキル					計画性	日常生活・情報要約力
		親和性	リーダーシップ	感受性	対人マナー	対人スキル合計		
生きがい感スケール	現状満足感	0.605**	-0.203	0.346†	-0.091	0.309	-0.252	0.410*
	人生享楽	0.542**	0.274	0.059	0.289	0.493*	0.066	0.467*
	存在価値	0.806***	0.156	0.583**	0.250	0.750***	-0.019	0.579**
	意欲	0.520**	0.145	0.173	0.131	0.420*	0.156	0.609**
	合計	0.769***	0.109	0.393†	0.176	0.620**	-0.016	0.636**
大学生活不安尺度	日常生活不安	-0.476*	-0.146	0.117	-0.109	-0.288	0.042	-0.396†
	評価不安	-0.415*	-0.227	0.166	-0.292	-0.331	-0.289	-0.591**
	大学不適応	-0.187	0.549**	-0.316	0.252	0.104	0.480*	-0.058
	総合得点	-0.501*	-0.044	0.060	-0.130	-0.284	0.012	-0.506*
測定変数		個人的スキル			社会的自己制御尺度			
		自尊心	前向きな思考	個人的スキル合計	自己主張	持続的対処・根気	感情欲求抑制	自己抑制的側面合計
生きがい感スケール	現状満足感	0.738***	0.778***	0.617**	0.267	-0.220	0.543**	0.130
	人生享楽	0.562**	0.441*	0.541**	0.421*	-0.034	0.147	0.055
	存在価値	0.563**	0.597**	0.615**	0.427*	0.253	0.533**	0.491*
	意欲	0.579**	0.624**	0.696***	0.612**	0.121	0.332	0.277
	合計	0.735***	0.747***	0.753***	0.527**	0.066	0.499*	0.327
大学生活不安尺度	日常生活不安	-0.490*	-0.417*	-0.450*	-0.524**	0.172	-0.118	0.068
	評価不安	-0.433*	-0.311	-0.557**	-0.629**	0.016	0.099	0.067
	大学不適応	-0.342	-0.465*	-0.169	0.048	0.068	-0.649**	-0.307
	総合得点	-0.557**	-0.492*	-0.548**	-0.566**	0.119	-0.186	-0.011

注：有意確率は\*\*\*： $p < 0.001$ 、\*\*： $p < 0.01$ 、\*： $p < 0.05$ 、†： $p < 0.10$

と「日常生活不安」、②情報要約力と「日常生活不安」「評価不安」「大学生生活不安総合得点」、③自尊心と「評価不安」、④自己主張と「日常生活不安」であった。

### まとめ

本研究では調査対象を教育学部学生に限定したため、ここで得られた特徴は、教育学部生に固有の特徴であるのか、大学生の一般に当てはまる特徴であるのか明らかでない。今後は経済・観光・システム工学部なども対象に含めれば、より一般性のある知見が得られるであろう。

他方、1年の女子において、感情・欲求抑制が高い者は日常生活スキルも高いという特徴が認められた。このことから感情・欲求抑制が低い者は、日常生活スキルも低いといえる。そのため1年の女子で感情・欲求抑制が低い女子は、生活において「しんどく感じる」ことも多いと予想される。学校の環境にうまくなじめていない者がいたときに、日常生活スキル尺度と社会的自己制御尺度の2つを利用し、その結果を環境とうまく適応するために活用することも一案であろう。また、性別に関わらず充実した日常を過ごすうえで情報要約力が必要とされることが多いといえるであろう。

いわゆる「要領のよい」人物というのは、コミュニケーション能力と情報要約力が高いという結果になった。また、大学に適応できていない学生については、それとは逆の傾向が明らかになった。大学生の不適応を防ぐため、小学校からS.S.T. (ソーシャル・スキル・トレーニング) やアサーション・トレーニングを活用

し、自分自身の感情のコントロール能力とコミュニケーション能力を育てていくことが、特に女子には有効であると考えられる。また、よりよい大学生活を送るにあたって情報要約力の向上が鍵となることが示唆された。こちらでも小学校からの積み重ねが望ましいが、男子の方が有意に高いことを利用して、大学の講義内でも男女ペアで特定の課題に取り組ませることで、情報要約力の向上は見込めると思われる。

### 引用文献

- 安達喜美子・小林 晃 2002 現代青年における自己制御機能の発達の研究 (I) - 自己認知からの検討 - . 茨城大学教育学部紀要 (人文・社会科学、芸術), 51, 109-123.
- Bandura, A., & Mischel, W. 1965 Modification of self-imposed delay of reward through exposure to live and symbolic models. *Journal of Personality and Social Psychology*, 2, 698-705.
- Brooks, D. K. Jr. 1984 A life-skills taxonomy: Defining elements of effective functioning through the use of the Delphi technique. Un-published doctoral dissertation, University of Georgia, Athens.
- Carver, C. S., & Scheier, M. F. 1981 *Attention and self-regulation: A control theory approach to human behavior*. Springer-Verlag.
- 中央教育審議会 1996 21世紀を展望した我が国の教育の在り方 第1次答申. 文部省, 17-24.
- Danish, S. J., Petitpas, A. J., & Hale, B. D. 1995 Psychological interventions: A life development model. In S. M. Murphy (Eds.), *Sport psychology*

Table 4 b 生きがい感・大学生生活不安と日常生活スキル・社会的自己制御の相関係数 (4年18名)

測定変数		日常生活・対人スキル					計画性	日常生活・情報要約力
		親和性	リーダーシップ	感受性	対人マナー	対人スキル合計		
生きがい感	現状満足感	0.585*	-0.021	0.273	-0.087	0.349	0.162	0.523*
	人生享楽	0.046	0.467†	0.330	0.272	0.538*	0.392	0.531*
	存在価値	0.094	0.411†	0.393	0.317	0.571*	0.329	0.546*
	意欲	0.108	0.430†	0.452†	0.199	0.561*	0.441†	0.512*
	合計	0.176	0.423†	0.435†	0.241	0.603**	0.408†	0.601**
不安尺度	日常生活不安	0.143	-0.442†	-0.084	-0.526*	-0.444†	-0.037	-0.748***
	評価不安	-0.033	0.135	-0.245	-0.282	-0.147	0.227	-0.558*
	大学不適応	-0.179	0.021	0.101	0.095	-0.002	0.132	-0.243
	総合得点	0.003	-0.106	-0.149	-0.356	-0.268	0.139	-0.676**
測定変数		個人的スキル			社会的自己制御尺度			
		自尊心	前向きな思考	個人的スキル合計	自己主張	持続的対処・根拠	感情欲求抑制	自己抑制の側面合計
生きがい感	現状満足感	0.552*	-0.248	0.365	-0.032	-0.135	-0.109	-0.133
	人生享楽	0.518*	-0.125	0.484*	0.332	0.070	0.019	0.054
	存在価値	0.609**	0.091	0.570*	0.373	0.325	0.176	0.287
	意欲	0.564*	0.069	0.577*	0.335	0.297	0.129	0.250
	合計	0.643**	-0.014	0.597**	0.336	0.221	0.097	0.186
不安尺度	日常生活不安	-0.317	-0.182	-0.448†	-0.674**	-0.173	-0.131	-0.167
	評価不安	-0.470*	-0.132	-0.321	-0.319	-0.141	-0.152	-0.154
	大学不適応	-0.063	0.188	0.006	-0.030	0.258	0.135	0.226
	総合得点	-0.407†	-0.109	-0.364	-0.466†	-0.095	-0.110	-0.106

注：有意確率は\*\*\*:  $p < 0.001$ , \*\*:  $p < 0.01$ , \*:  $p < 0.05$ , †:  $p < 0.10$



- interventions. Kinetics*, 19-38.
- Darden, C. A., Ginter, E. J., & Gazda, G. M. 1996 *Life-Skills Development Scale-Adolescent Form: The theoretical and therapeutic relevance of life-skills. Journal of Mental Health Counseling*, **18**, 142-163.
- Evans, G. T., & Poole, M. E. 1987 Adolescent concerns: A classification for life skill areas. *Australian Journal of Education*, **31**, 55-72.
- 藤井義久 1998 大学生活不安尺度の作成および信頼性・妥当性の検討. 心理学研究, **68**(6), 441-448.
- 原田知佳・吉澤寛之・吉田俊和 2008 社会的自己制御 (Social Self-Regulation) 尺度の作成－妥当性の検討および行動抑制／行動接近システム・実行注意制御との関連－. パーソナリティ研究, **17**(1), 82-94.
- 飯田順子・石隈利紀 2003 中学生のスキルを測定する尺度の開発に関する研究の動向. 筑波大学心理学研究, **26**, 213-228.
- 伊藤順子・丸山 (山本) 愛子・山崎 晃 1999 幼児の自己制御認知タイプとの向社会的行動との関連. 教育心理学研究, **47**, 160-169.
- 柏木恵子 1988 幼児期における「自己」の発達－行動の自己制御機能を中心に－. 東京大学出版会.
- 片倉久美子・土田幸子 1993 本学における学生生活の適応に関する実態調査. 岩手女子看護短期大学紀要, **1**, 89-98.
- 川上正浩・坂田浩之・佐久田裕子・奥田 亮 2005 新入生オリエンテーションに関する研究(1). 日本心理学会第69回大会発表論文集, 1251.
- 河村茂雄 1999 生徒の援助ニーズを把握するための尺度の開発－学校生活満足度尺度 (高校生用) の作成－. 岩手大学教育学部研究年報, **59**, 111-120.
- 菊池章夫 1988 思いやりを科学する. 川島書店.
- Kohlberg, L. 1964 Development of moral character and moral ideology. In M. L. Hoffman, & L. W. Hoffman (Eds.), *Review of child development research*, Vol. 1, Russell Stage Foundation, 383-431.
- 近藤 勉・鎌田次郎 1998 現代大学生の生きがい感とスケール作成. 健康心理学研究, **11**, 73-82.
- Landman, J. T., Irvin, L. K., & Halpern, A. S. 1980 Measuring life skills of adolescents: Tests for everyday living (TEL). *Measurement and Evaluation in Guidance*, **13**, 95-106.
- Luria, A. R. 1959 The directive function of speech in development and dissolution. *Word*, **15**, 341-352.
- 奥田 亮・川上正浩・坂田浩之・佐久田裕子 2010 大学1回生から4回生までの横断および縦断データから見た大学生活充実度の推移. 大阪樟蔭女子大学人間科学研究紀要, **9**, 1-14.
- 大久保智生・青柳 肇 2003 大学生用適応感尺度の作成の試み－個人－環境の適合性の観点から. パーソナリティ研究, **12**, 38-39.
- 大久保智生・青柳 肇 2005 大学新入生の適応に関する研究－社会的スキルは後の適応を予測するのか?－. 人間科学研究, **18**, 207-213.
- 斎藤憲司 2002 学生相談－最近の動向1999～2001－. 学生相談研究, **23**, 105-114.
- 佐久田裕子・奥田 亮・川上正浩・坂田浩之 2003 個人特性が心理学科オリエンテーションに対する態度に及ぼす影響(1)－オリエンテーションに対する態度の基礎データ－. 大阪樟蔭女子大学人間科学研究紀要, **2**, 59-71.
- 島本好平・石井源信 2006 大学生における日常生活スキル尺度の開発. 教育心理学研究, **54**, 211-221.
- 田中 存・菅 千索 2007 大学生活不安に関する心理学からのアプローチ. 和歌山大学教育学部紀要－教育科学－, **57**, 15-22.
- 上野耕平・中込四郎 1998 運動部活動への参加による生徒のライフスキル獲得に関する研究. 体育学研究, **43**, 33-42.
- 若杉里実・安田恭子・榊原國城 2004 大学生生活の満足感と教育環境要因(1). 日本心理学会第68回大会発表論文集, 218.